CAMOMILA

Nome científico: *Matricaria chamomilla L.*

Sinonímia Científica: *Matricaria recutita; M. courrantiana.*

Nome popular: Camomila, Camomila-alemã, Camomila-comum, Camomila-da-alemanhã, Camomila-húngara, Camomila-verdadeira, Camomila-vulgar, Macela-nobre, Margaça, Matricaria.

Família: Arastaceae.

Parte Utilizada: Flores.

Composição Química: Extrato padronizado em 1,2% apigenina. Óleos essenciais, sesquiterpenos, azulenos (camazuleno), lactonas sesquiterpênicas, flavonóides, cumarinas, taninos, ácidos fenólicos, angélicos, mucossacarídeos, matricina, resinas, taninos, princípios amargos, mucilagens, polissacarídeos, éteres bicíclicos, ácidos orgânicos, vitamina C.

Fórmula molecular: N/A **Peso molecular:** N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

Camomila é uma planta herbácea conhecida desde a antiguidade, pelos egípcios, gregos e romanos, devido às suas propriedades medicinais, cosméticas, ornamentais e aromáticas. Ela apresenta caule ereto, glabro e ramificado, de pequeno porte, alcançando cerca de 30 a 50 cm de altura. Suas folhas são verdes, lisas na página superior e recortadas em segmentos afilados. As inflorescências do tipo capítulo são semelhantes às das margaridas, com centro amarelo e corola simples de pétalas brancas. A floração ocorre na primavera e verão.

A camomila é uma planta versátil, com muitas qualidades. Ela pode ser utilizada no paisagismo, na formação de maciços e bordaduras, em grupos e conjuntos com outras plantas, assim como em vasinhos e jardineiras. Ela adiciona um ar alegre e campestre aos canteiros, quebrando a austeridade, com seu aspecto singelo e seu perfume delicado e doce. É erva indispensável na horta de medicinais e aromáticas. A camomila exerce papel repelente de insetos e ácaros e torna-se uma excelente companheira para outras plantas.

INDICAÇÕES E AÇÃO FARMACOLÓGICA

Estudos apresentaram atividade anti-inflamatória, antisséptica e antiespasmódica do estômago e duodeno; efeito sedativo em pacientes submetidos à cateterismo; colutório (extratos diluídos) produziram efeitos refrescantes e adstringentes, e em creme apresentou atividades anti-inflamatória, anestésica leve, refrescante e desodorante, em pacientes com infecções cutâneas na perna, aplicado concomitantemente com o tratamento em curso.

A atividade terapêutica da camomila é determinada pelos princípios ativos
lipofílicos e pelos hidrofílicos, sendo que o extrato aquoso é espasmolítico, enquanto o extrato alcoólico apresenta atividade antiflogística.

O camazuleno possui reconhecida atividade anti-inflamatória, que é reforçada pela presença de matricina e alfa bisabolol. O alfa bisabolol possui propriedades antiflogísticas, antibacterianas, antimicóticas e protetora de mucosas agindo assim contra úlcera. Sua atividade espasmolitica musculotrópica é equivalente a da papaverina.

Outros princípios ativos também apresentam propriedades espasmolíticas como os flavonóides e as cumarinas, sendo que à estas, atribui-se o efeito inibitório do crescimento de certos microrganismos.

A colina apresenta ação antiflogística. As mucilagens retêm água, levando a uma ação emoliente e protetora de peles secas e delicadas, pela formação de uma fina película sobre a pele.

O princípio responsável pela coloração é a apigenina, flavonóide que se complexa com sais metálicos naturais (Ca, Al). Este complexos, em condições ideais de pH e forças iônicas, fixam-se à fibras queratínicas, revestindo-as sem penetrar no núcleo destas.

Os flavonóides não são apenas adsorvidos pela superfície da pele após aplicação cutânea, mas penetram nas camadas mais profundas da pele, o que é importante para seu uso como antiflogístico.

Ao se aplicar a camomila topicamente favorece-se a ação de outros princípios ativos como flavonóides, taninos e compostos fenólicos captadores de radicais livres. Na elaboração de cremes com óleo essencial de camomila a 0,5% tem observado útil ação em inflamações venosas. De alguma maneira, a atividade anti-inflamatória da camomila responde a ação conjunta de vários elementos. Até mesmo, os esteróides teriam um papel dentro do processo anti-inflamatório favorecendo a liberação de ACTH a nível suprarrenal.

Já o extrato aquoso da flor apresentou efeitos anti-inflamatórios em modelos experimentais de ratas com edema. Outras propriedades tais como: ótima ação antisséptica e relaxante do músculo liso permite bons efeitos a nível digestivo. Cabe considerar que a camomila se encontra reconhecida, entre outras plantas, pela Farmacopeia Nacional da Argentina em sua 6º edição e também se encontra aprovada pela FDA norte americana.

O óleo essencial e os flavonóides são os responsáveis por praticamente todos os efeitos farmacológico conhecidos. O efeito ansiolítico que a camomila apresenta está relacionado com o flavonóide apigenina, o qual, é capaz de se ligar a receptores GABA- A cerebrais (de maneira similar aos benzodiazepínicos) sem que sejam reconhecidos por anticorpos antibenzodiazepínicos.

A apigenina provoca um bom efeito ansiolítico, porém sua ação sedante é dez vezes menor do que a do diazepam, sem provocar relaxamento muscular. Esta ação é muito interessante do ponto de vista farmacológico, pois, é capaz de diminuir a ansiedade sem provocar depressão do sistema nervoso central. A atividade antiespasmódica que essa planta apresenta é de exclusiva ação da apigenina, mas estudos recentes confirmam que essa atividade depende tanto dos componentes do óleo essencial como dos flavonóides e cumarinas. Isso explica a ação antiespasmódica de uma infusão na qual praticamente não se registra presença de apigenina.

DOSAGEM E MODO DE USAR

- **Chá / Infusão:** 2 - 3 xícaras, depois das refeições;
- **Pó:** 2 - 8 g, três vezes ao dia;
- **Extrato seco (5:1):** 300 - 1000 mg, duas vezes ao dia;
- **Extrato seco (1,2%):** 250 mg, duas vezes ao dia;
- **Tintura:** 5 - 10 ml, uma a três vezes ao dia, diluídos em meio copo d’água;
- **Extrato glicólico:** 0,5 - 5 %;
- **TM:** Tomar de 20 a 30 gotas duas vezes ao dia.

- **Crianças de 4 a 11 anos:** Tomar uma dose de 200 mg, duas vezes ao dia (a última ao deitar-se).
- **A partir de 12 anos:** Tomar uma dose de 250 mg, duas vezes ao dia (a última ao deitar-se).

CONTRAINDICAÇÕES

A administração oral da *Matricaria chamomilla* L. nas doses recomendadas, apresenta boa tolerabilidade. A indicação para gestantes, lactantes e crianças deve ser avaliada pelo profissional da saúde.

*MATERIAL DESTINADO AO PROFISSIONAL DA ÁREA DE SAÚDE (MÉDICO, NUTRICIONISTA OU FARMACÊUTICO).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALONSO, J. **Tratado de Fitofármacos y nutracéuticos.** Ed. Corpus, 2004.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas cultivadas**. 2 ed. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum, 2008.

NICOLETTI, M. A.; et al. Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos. **Rev. Infarma**, vol. 10, n. 1/2, p. 32-40, 2007.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos. Farmacopeia Brasileira. 2ª. Edição. Brasília. 2021. Disponível em: https://www.gov.br/anvisa/pt-br.

POURDEGHATKAR F., MOTAGHI, M., DARBANDI, B., & BAGHERSALIMI, A. Comparative effect of chamomile mouthwash and topical mouth rinse in prevention of chemotherapy-induced oral mucositis in iranian pediatric patients with acute lymphoblastic leukemia.Iranian Journal of Blood and Cancer.vol.9, p. 84 – 88, 2017.